



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN DAN KOORDINASI
MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA**

**(Studi Eksperimen Metode Latihan Demonstrasi dan Metode Latihan
Bermain pada Siswa Usia 13-15 Tahun Sekolah Sepakbola ASRI
Gemolong Sragen Tahun 2020)**

TESIS

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Magister Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan**

Oleh:

**Darmawan
NIM: E0117022**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2020**

ABSTRAK

Darmawan. PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA (STUDI EKSPERIMEN METODE LATIHAN DEMONSTRASI DAN METODE LATIHAN BERMAIN PADA SISWA USIA 13-15 TAHUN SSB ASRI GEMOLONG SRAGEN TAHUN 2020). Tesis. Surakarta: Program Pasca Sarjana Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, Desember 2020.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) Ada tidaknya perbedaan pengaruh metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola (2) Ada tidaknya perbedaan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah. (3) Ada tidaknya interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen* rancangan faktorial 2 X 2. Populasi dan sampel penelitian ini siswa usia 13-15 tahun SSB ASRI Gemolong Sragen tahun 2020 berjumlah 60 orang. Pengelompokan sampel penelitian berdasarkan hasil tes koordinasi mata-kaki dan diklasifikasi menjadi tiga yaitu: koordinasi mata-kaki tinggi, koordinasi mata-kaki sedang dan koordinasi mata-kaki rendah. Sampel yang digunakan sebanyak 20 orang kriteria koordinasi mata-kaki tinggi dan 20 orang kriteria koordinasi mata-kaki rendah, sedangkan kriteria koordinasi mata-kaki sedang dihilangkan. Pengumpulan data dengan tes koordinasi mata-kaki yaitu *soccer wall volley test* dan tes kemampuan menggiring bola. Analisis data dengan analisis varians 2 X 2 dilanjutkan dengan Newman-Keuls.

Simpulan penelitian: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dari hasil analisis data menunjukkan $F_o = 18.151 > F_t 4.11$. (2) Ada perbedaan yang signifikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah. Dari hasil analisis data menunjukkan $F_o = 18.151 > F_t 4.11$. (3) Ada interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 4.856 > F_{tabel} = 4,11$.

Kata Kunci: Metode Latihan, Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga yang memiliki kontribusi terhadap peradaban dunia. Melalui permainan sepakbola menjadikan perubahan atau perilaku (kehidupan) bagi setiap orang yang menggemari permainan sepakbola. Perkembangan sepakbola dunia secara langsung membawa perubahan sepakbola di Indonesia. Sepakbola di Indonesia kini telah menjadi olahraga profesional. Sepakbola Indonesia sebagai olahraga profesional memicu semangat pemain-pemain sepakbola Indonesia untuk menjadi pemain sepakbola yang berkualitas dan mampu bersaing dengan pemain-pemain asing yang bermain di Indonesia.

Menjadi pemain sepakbola yang profesional dan berkualitas tidaklah mudah, tetapi dibutuhkan proses latihan yang sistematis, kontinyu dan terprogram. Sekolah Sepakbola (SSB) merupakan salah satu wahana atau tempat untuk berlatih sepakbola sejak usia dini, dengan harapan ke depannya menjadi pemain sepakbola yang profesional. Munculnya SSB di berbagai wilayah Indonesia tidak hanya sekedar wujud perkembangan sepakbola di Indonesia, tetapi merupakan salah satu langkah untuk mencetak pemain-pemain sepakbola muda yang profesional.

Sebagai langkah awal dalam pelatihan sepakbola dilatih teknik dasar bermain sepakbola. Timo Scheunemann (2005: 24) menyatakan, “Pada umur yang muda program latihan sebaiknya lebih terfokuskan kepada teknik bermain dan pembentukan karakter pemain merupakan faktor kesenangan dalam bermain atau *fun aspect*”. Kemampuan seorang pemain sepakbola menguasai teknik dasar bermain sepakbola dapat mendukung penampilannya dalam bermain sepakbola baik secara individu maupun secara kolektif atau tim.

Menggiring bola merupakan keterampilan yang memiliki unsur gerakan yang kompleks, sehingga dalam melatih teknik dasar menggiring bola dibutuhkan metode latihan yang tepat. Metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain merupakan metode latihan yang dapat digunakan untuk melatih teknik dasar menggiring bola. Kedua metode latihan tersebut memiliki karakteristik yang berbeda, masing-masing memiliki kelebihan dan kelemahan yang berbeda, sehingga belum diketahui metode latihan mana yang lebih baik pengaruhnya terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena kemampuan menggiring bola tidak hanya dipengaruhi oleh metode latihan yang diterapkan dalam latihan, tetapi masih ada faktor lainnya, seperti kemampuan fisik, penguasaan teknik, mental dan lain sebagainya.

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang menuntut kemampuan fisik yang baik, untuk mendukung penampilan seorang pemain sepakbola termasuk menggiring bola. Timo Scheunemann (2005: 26) menyatakan, “Teknik yang hebat tidak akan banyak berarti apabila tidak didukung oleh stamina yang prima”. Hal ini artinya, seorang pemain sepakbola akan

memiliki kemampuan menggiring bola yang baik, jika didukung kemampuan fisik yang baik. Salah satu komponen kondisi fisik yang dapat mendukung kemampuan menggiring bola yaitu koordinasi mata dan kaki.

Metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain merupakan metode latihan yang dapat digunakan untuk melatih teknik dasar menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dalam latihan menggiring bola dengan metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain tersebut dibutuhkan koordinasi mata-kaki. Berdasarkan hal tersebut muncul masalah yang perlu dikaji dan diteliti, karena latihan menggiring bola dengan metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain belum diketahui pengaruhnya terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Selain itu, baik tidaknya koordinasi mata-kaki juga belum diketahui pengaruhnya terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

B. Perumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah perbedaan pengaruh metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola?
2. Adakah perbedaan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah?
3. Adakah interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui:

1. Ada tidaknya perbedaan pengaruh metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
2. Ada tidaknya perbedaan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah.
3. Ada tidaknya interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS

A. Landasan Teori

1. Permainan Sepakbola

Permainan sepakbola dimainkan dua tim, masing-masing tim terdiri sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang. Masing-masing tim bertujuan menciptakan gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya. Zidane Muhdhor Al-Hadiqie (2013: 9) menyatakan, “Sepakbola adalah

permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Permainan sepakbola bertujuan untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya...”. Menurut Mikanda Rahmani (2014: 99) bahwa, “Sepakbola dimainkan oleh 11 orang pemain dan dilakukan di sebuah lapangan berumput yang sangat luas. Permainan sepakbola mempunyai tujuan yaitu meraih kemenangan dengan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan”.

Berdasarkan pengertian sepakbola dari tiga ahli tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa, sepakbola merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim bertujuan menciptakan gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha menjaga gawang timnya agar tidak kemasukkan bola.

2. Teknik Dasar Menggiring Bola

Menggiring bola pada prinsipnya menggulirkan bola ke depan secara terus menerus di atas tanah dengan menggunakan salah satu kaki atau dua kaki secara bergantian. Abdi Cipta Nugraha (2012: 93) menyatakan “Menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindah bola dari suatu daerah ke daerah yang lain pada saat permainan sedang berlangsung”. Menurut Clive Gifford (2007: 20) bahwa, “Ketika kamu berlari sambil membawa bola dan mencoba untuk mengalahkan pemain bertahan, ini disebut menggiring. Menurut Danny Mielke (2007: 1) bahwa, “*Dribbling* atau menggiring adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola pada saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan”. Selanjutnya Yulius Erya Saputra (2006: 9) menyatakan, “*Dribbling* atau menggiring bola adalah metode individual yang digunakan oleh para pemain sepakbola untuk bergerak dengan bola dari satu titik ke titik lainnya”.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa, menggiring bola atau *dribbling* merupakan usaha seorang pemain untuk menggulirkan bola secara terus menerus di atas tanah sambil berlari dengan menggunakan kaki untuk membawa bola dari satu daerah permainan ke daerah permainan lainnya dengan menggunakan berbagai cara jika mendapat hadangan dari lawan, sehingga dapat melepaskan diri dan bola tetap dalam penguasaannya.

3. Latihan

Latihan pada prinsipnya merupakan upaya yang dilakukan secara sistematis, kontinu dan terprogram untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Andi Suhendro (2007: 3.6) menyatakan, “Latihan (*training*) merupakan proses kerja yang sistematis dan dilakukan secara berulang-ulang dengan beban latihan yang makin meningkat”. Menurut Bompada dalam Budiwanto S. (2004:12) bahwa, “Latihan merupakan suatu kegiatan olahraga yang sistematis dalam waktu yang panjang, ditingkatkan secara bertahap dan perorangan, bertujuan membentuk

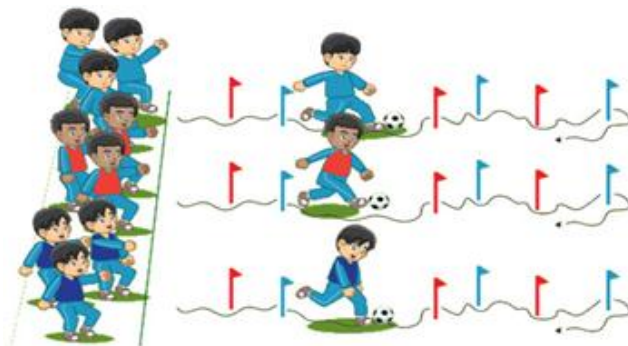
manusia yang berfungsi fisiologis dan psikologisnya untuk memenuhi tuntutan tugas”. Menurut Mulyono B (2010: 1) bahwa, “Latihan adalah proses kerja yang dilakukan secara sistematis dan kontinyu, dimana beban dan intensitas latihan makin hari makin bertambah, yang akhirnya memberikan rangsangan secara menyeluruh terhadap tubuh dan bertujuan meningkatkan kemampuan fisik dan mental secara bersama-sama”.

Berdasarkan pengertian latihan yang dikemukakan empat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, latihan merupakan proses berlatih yang sistematis dan kontinyu, dilakukan secara berulang-ulang dengan beban latihan ditingkatkan secara bertahap.

4. Latihan Menggiring Bola dengan Metode Latihan Demonstrasi

Metode latihan demonstrasi pada prinsipnya merupakan cara latihan yang dilakukan dengan cara memberikan contoh. Udin Winaputra S. (2005: 17) menyatakan, “Metode demonstrasi adalah metode mengajar yang menyajikan dengan mempertunjukan secara langsung objeknya atau cara melakukan sesuatu untuk mempertunjukan proses tertentu”. Menurut Djamarah (2002: 102) bahwa, “Metode demonstrasi adalah cara menyajikan bahan pelajaran dengan meragakan atau mempertunjukan kepada siswa suatu proses, situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya atau tiruan, yang sering disertai dengan penjelasan lisan”. Dalam Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 01 Nomor 03 (2013: 510) dijelaskan, “Metode demonstrasi merupakan metode mengajar/latihan yang menyajikan bahan pelajaran dengan mempertunjukkan secara langsung objeknya atau caranya melakukan sesuatu untuk mempertunjukkan proses tertentu”.

Berdasarkan pengertian metode latihan demonstrasi yang dikemukakan tiga ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, metode latihan demonstrasi merupakan suatu cara yang digunakan oleh pelatih atau guru dalam menyajikan materi pelajaran atau latihan kepada peserta didik melalui penjelasan lisan yang disertai dengan contoh atau memperagakan sesuatu secara langsung dengan menggunakan alat bantu baik bersifat sebenarnya maupun tiruan.



Gambar 1. Latihan Menggiring Bola dengan Metode Latihan Demonstrasi
(Sumber: Malcolm Cook: 2013: 24)

Kelebihan latihan menggiring bola dengan metode latihan demonstrasi antara lain:

- 1) Perhatian siswa dapat dipusatkan pada hal-hal yang penting, sehingga hal yang penting itu dapat diamati secara teliti.
- 2) Dapat membimbing peserta didik kearah berpikir yang sama proses gerakan menggiring bola.
- 3) Efektif dan efisien waktu berlatih, sehingga gerakan menggiring bola dapat diperlihatkan melalui demonstrasi dengan waktu yang pendek.
- 4) Dapat meminimalkan kesalahan teknik gerakan menggiring bola, karena siswa mendapatkan gambaran yang jelas dari hasil pengamatannya gerakan menggiring bola.
- 5) Tidak memerlukan keterangan-keterangan yang banyak, karena gerakan dan proses menggiring bola dipertunjukkan.
- 6) Persoalan yang menimbulkan pertanyaan atau keraguan dapat diperjelas waktu proses demonstrasi.

Kelemahan latihan menggiring bola dengan metode latihan demonstrasi antara lain:

- 1) Dapat menimbulkan rasa jenuh dan bosan, karena siswa harus menunggu dan mengamati contoh yang diperagakan pelatih atau guru.
- 2) Kreativitas dan inisiatif siswa tidak dapat berkembang, karena latihan dilaksanakan sesuai contoh dari pelatih atau guru.
- 3) Contoh atau penjelasan yang banyak dan rumit dapat menjadikan siswa kurang fokus terhadap keterampilan yang diperagakan oleh pelatih atau guru.

5. Latihan Menggiring Bola Sepakbola dengan Metode Latihan Bermain

Menurut Hamdayama Jumanta (2016: 103) bahwa, “Metode bermain dilaksanakan dalam bentuk aktivitas bermain yang memiliki ide bermain dan aturan bermain agar tujuan latihan dapat dicapai secara efisien dan efektif dalam suasana gembira meskipun membahas hal-hal yang sulit atau berat “. Menurut Giri Wiarto (2015: 5) bahwa, “*Games* merupakan bagian dari *play*, semua *games* merupakan bentuk *play*, *games* memiliki semua karakteristik *play* akan tetapi semua itu diatur dalam peraturan yang sengaja dibuat dan harus ditaati bersama. Kompetisi merupakan ciri utamanya, sehingga hanya individu atau kelompok yang mempunyai standar keterampilan yang tinggi yang akan berhasil. Untuk berhasil dalam kompetisi akan selalu bergantung pada keterampilan teknik, fisik, strategi atau kesempatan”. Menurut M. Furqon H. (2006: 5) bahwa, “Seringkali guru memberikan permainan untuk menumbuhkan kesenangan anak atau menguatkan keterampilan sosial tertentu. Meskipun hal ini memiliki tujuan yang bermanfaat, maka permainan tidak dipandang sebagai tujuan utama, melainkan sebagai alat untuk mencapai tujuan tertentu”

Berdasarkan dua pendapat dua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa, metode latihan bermain didalamnya terdapat permainan dan dari bermain tersebut memiliki semua karakteristik

permainan yang didalamnya terdapat peraturan yang harus ditaati bersama. Dalam metode latihan bermain memiliki karakteristik kompetisi, sehingga anak akan termotivasi untuk memenangkan pertandingan.



Gambar 2. Latihan Menggiring Bola dengan Metode Latihan Bermain
(Sumber: Marta Dinata, 2004: 27)

Kelebihan latihan menggiring bola dengan metode latihan bermain antara lain:

- 1) Hasrat gerak siswa terpenuhi, sehingga dapat menimbulkan rasa senang dan gembira serta motivasi latihan meningkat.
- 2) Dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa, karena siswa selalu bergerak.
- 3) Dapat meningkatkan dan memicu siswa untuk berfikir dan memecahkan masalah yang dihadapi dalam permainan *dribble*.
- 4) Dapat meningkatkan improvisasi atau berdaya cipta saat menggiring bola mendapat hadangan dari lawan.

Kelemahan latihan menggiring bola dengan metode latihan bermain antara lain:

- 1) Teknik menggiring bola sering diabaikan siswa, karena adanya tekanan lawan.
- 2) Pelatih akan lebih sulit dalam mengamati kesalahan yang dilakukan siswa
- 3) Akan sering terjadi kesalahan teknik, sehingga berakibat *dribble* yang dilakukan tidak sesuai seperti yang diharapkan.

6. Koordinasi

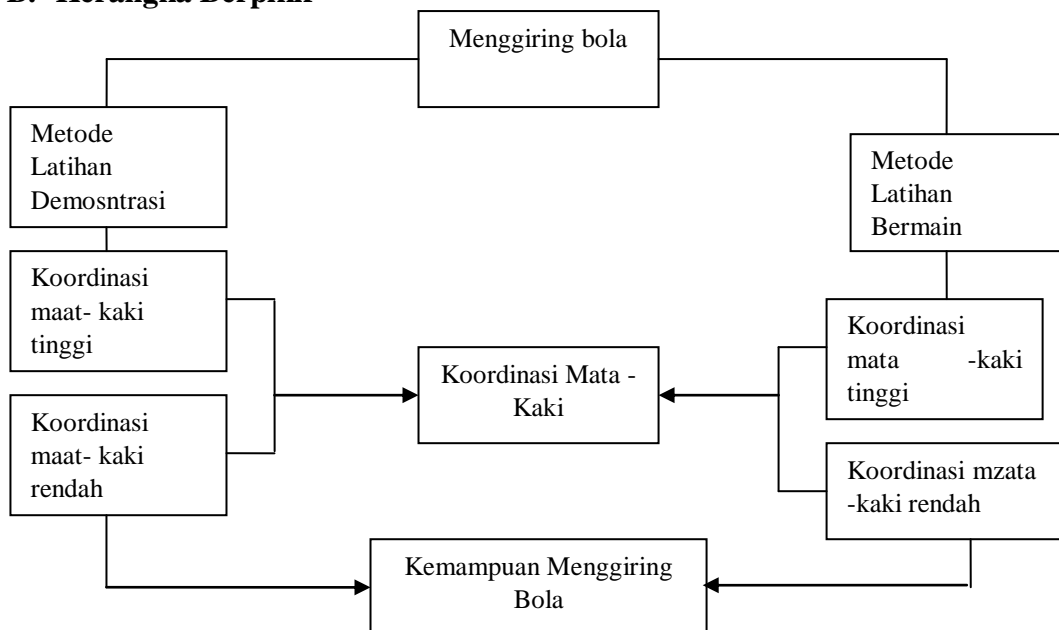
Koordinasi merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang dibutuhkan dalam kegiatan olahraga. Rusli Lutan & Adang Suherman (2000: 172) menyatakan, “Koordinasi merupakan keharmonisan kerja antara kelompok otot selama melakukan tugas gerak yang menunjukkan tingkat keterampilan”. Menurut Brian J. Sharkey (2003: 169) bahwa, “Koordinasi mengimplikasikan hubungan yang harmonis, penyatuan atau aliran gerak yang halus dalam melakukan pekerjaan”. Sedangkan Ismaryati (2006: 53-54) berpendapat, “Koordinasi merupakan hubungan yang harmonis dari hubungan saling berpengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja yang ditunjukkan dengan tingkat keterampilan”.

Berdasarkan batasan koordinasi dapat disimpulkan bahwa, koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa gerakan menjadi satu pola gerakan yang efektif dan efisien. Berdasarkan pengertian koordinasi tersebut dapat disimpulkan koordinasi mata-kaki yaitu kemampuan mata untuk mengintegrasikan rangsangan yang diterima dan kaki sebagai fungsi penggerak untuk melakukan gerakan sesuai yang diinginkan. Bempa dalam Halim Nur Ichsan (2011:132) faktor yang berpengaruh terhadap komponen koordinasi yaitu:

- 1) Inteligensia. Semakin tinggi inteligensia seorang atlet akan semakin baik pengembangan komponen koordinasinya.
- 2) Kepekaan organ sensoris. Kepekaan yang tinggi terutama dibutuhkan pada sensor analisis motorik dan kinestetik seperti, keseimbangan dan irama kontraksi otot,
- 3) Pengalaman motorik. Banyaknya pengalaman dalam bidang aktifitas fisik dan teknik akan meningkatkan kemampuan koordinasi.
- 4) Tingkat pengembangan kemampuan biomotorik. Kemampuan biomotorik yang perlu dikembangkan terutama kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan, agar dapat menunjang kemampuan koordinasi.

Baik tidaknya koordinasi mata-kaki sangat berperan penting terhadap kemampuan menggiring bola. Dengan koordinasi mata-kaki yang baik, maka gerakan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik dan lancar serta mampu menyelesaikan bola sesuai yang diinginkan, baik sebagai umpan atau *shooting* ke gawang lawan. Namun sebaliknya, koordinasi mata-kaki yang buruk, maka gerakannya menggiring bola tidak lancar, bola mudah direbut lawan dan penyelesaian kurang akurat.

B. Kerangka Berpikir



C. Hipotesis

1. Ada perbedaan pengaruh antara metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
2. Ada perbedaan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah.
3. Ada interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan/Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan rancangan faktorial 2 X 2.

Tabel 1. Rancangan Penelitian Faktorial 2 X 2

Koordinasi Mata-Kaki \ Metode Latihan	Tinggi (B ₁)	Rendah (B ₂)
Demonstrasi (A ₁)	A ₁ B ₁	A ₂ B ₁
Bermain (A ₂)	A ₁ B ₂	A ₂ B ₂

B. Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel dalam penelitian ini siswa usia 13-15 tahun SSB ASRI Gemolong Sragen tahun 2020 berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampel penelitian *purposive random sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 orang berdasarkan klasifikasi koordinasi mata-kaki. Klasifikasi koordinasi mata-kaki diperoleh melalui tes koodinasi mata-kaki yaitu, *soccer wall volley test*. Sampel yang digunakan sebanyak 20 siswa dengan kategori koordinasi mata-kaki tinggi dan 20 siswa dengan kategori koordinasi mata-kaki rendah. Untuk klasifikasi koordinasi mata-kai sedang dihilangkan.

C. Pengumpulan Data

1. Tes koordinasi mata-kaki dengan *soccer wall volley test* dari Ismaryati (2006: 54-55).
2. Tes dan pengukuran kemampuan menggiring bola (*dribbling*) dari Nur Hasan (2001: 160-162).

F. Analisis Data

1. Mencari Reliabilitas

Uji reliabilitas menggunakan korelasi intraklas dari Mulyono B. (2010: 42) sebagai berikut:

$$R = \frac{MS_A - MS_W}{MS_A}$$

Keterangan:

R = Koefisien reliabilitas

MS_A = Jumlah rata-rata dalam kelompok

MS_W = Jumlah rata-rata antar kelompok

2. Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat analisis meliputi uji normalitas dengan metode Lilliefors dan uji homogenitas dengan metode Bartlet.

3. Analisis Data

Tabel 2. Ringkasan ANAVA untuk Eksperimen factorial 2 x 2

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	Fo
Rata – rata	1	R_y	R	
Perlakuan				
A	a-1	A_y	A	A/E
B	b-1	B_y	B	B/E
AB	(a-1) (b-1)	AB_y	AB	AB/E
Kekeliruan	ab(n-1)	E_y	E	

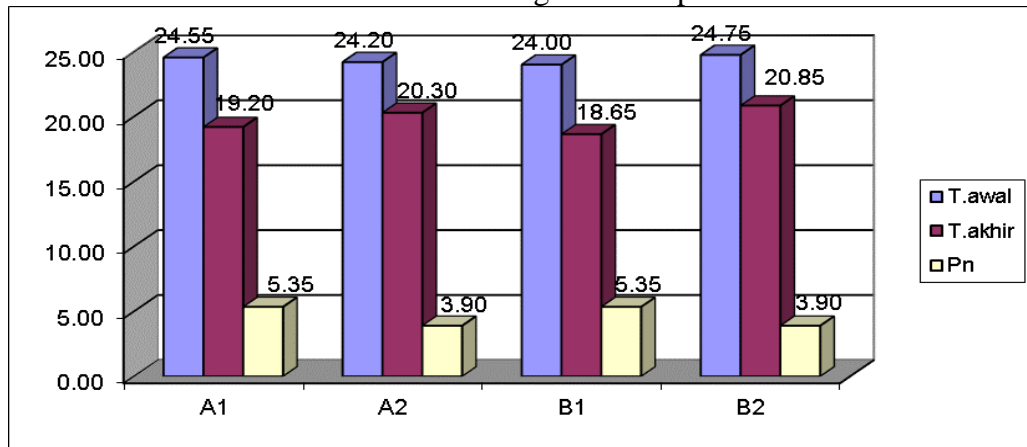
BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskriptif Data

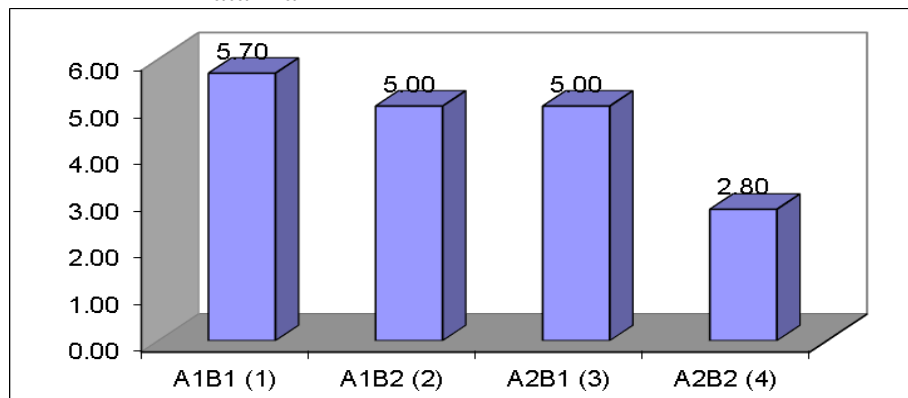
Tabel 3. Ringkasan Angka-Angka Statistik Deskriptif Data Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola

Metode Latihan	Koordinasi Mata-Kaki	Statistik	Tes Awal	Tes Akhir	Peningkatan
Demonstrasi (A1)	Tinggi (B1)	Jumlah	242	185	57
		Mean	24.20	18.50	5.70
		SD	1.03	0.85	0.82
	Rendah (B2)	Jumlah	249	199	50.00
		Mean	24.90	19.90	5.00
		SD	0.88	1.20	0.94
Bermain (A2)	Tinggi (B1)	Jumlah	238	188	50
		Mean	23.80	18.80	5.00
		SD	0.79	0.79	0.94
	Rendah (B2)	Jumlah	246	218	28
		Mean	24.60	21.80	2.80
		SD	0.84	1.55	1.48

1. Jika antara metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain dibandingkan, diketahui metode latihan demonstrasi memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola dibandingkan dengan metode latihan bermain dengan selisih perbedaan sebesar 1.45.
2. Jika antara kelompok koordinasi mata-kaki tinggi dan kelompok koordinasi mata-kaki rendah dibandingkan, diketahui bahwa, kelompok koordinasi mata-kaki tinggi memiliki kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok koordinasi mata-kaki rendah dengan selisih perbedaan sebesar 1.45.



Gambar 3. Histogram Nilai Rata-Rata Kemampuan Menggiring Bola Berdasarkan Tiap Kelompok Perlakuan dan Tingkat Koordinasi Mata-Kaki



Gambar 4. Histogram Nilai Rata-Rata Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola antara Kelompok Perlakuan

B. Uji Reliabilitas

Tabel 4. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan Menggiring Bola

Hasil Tes	Reliabilitas	Kategori
Tes awal kemampuan menggiring bola	0,863	Tinggi
Tes akhir kemampuan menggiring bola	0.802	Tinggi

C. Pengujian Persyaratan Analisis

1. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data pada tiap kelompok sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas dengan Lilliefors.

Kelompok	N	Prob	L_o	L_t	Kesimpulan
A ₁ B ₁	10	0,05	0.1768	0,258	Distribusi normal
A ₁ B ₂	10	0,05	0.2480	0,258	Distribusi normal
A ₂ B ₁	10	0,05	0.2448	0,258	Distribusi normal
A ₂ B ₂	10	0,05	0.2176	0,258	Distribusi normal

Berdasarkan tabel di atas diketahui $L_o < L_t$. Hal ini menunjukkan bahwa, sampel yang diambil berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Tabel 6. Hasil Uji Homogenitas dengan Uji Bartlet.

Σ Kelompok	N _i	S ²	X ² _{hit}	X ² _{tabel}	Kesimpulan
4	10	5.300	1.892	7.81	Homogen

Berdasarkan data uji homogenitas diketahui X²_{hit} lebih kecil dari pada X²_{tabel}. Hal ini menunjukkan bahwa, sampel penelitian bersifat homogen.

D. Pengujian Hipotesis

Tabel 7. Ringkasan Nilai Rerata Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola Berdasarkan Metode Latihan dan Tingkat Koordinasi Mata-Kaki Sebelum dan Sesudah Diberi Perlakuan.

Variabel penelitian	A ₁		A ₂	
	B ₁	B ₂	B ₁	B ₂
Rerata				
Sebelum	24.20	24.90	23.80	24.60
Sesudah	18.50	19.90	18.80	21.80
Peningkatan	5.70	5.00	5.00	2.80

Tabel 8. Ringkasan Keseluruhan Hasil Analisis Varians Dua Faktor

Sumber Varians	dk	Jk	RJk	Fo	Ft
rerata lat	1	855.625	855.625		4.11
A	1	21.025	21.025	18.151*	
B	1	21.025	21.025	18.151*	
AB	1	5.625	5.625	4.856*	
Kekeliruan	36	41.700	1.158		
		945.000			

Tabel 9. Ringkasan Hasil Uji Rentang Newman Keuls.

KP	Rerata	A ₂ B ₂	A ₂ B ₁	A ₁ B ₂	A ₁ B ₁	RST
		2.80	5.00	5.00	5.70	
A ₂ B ₂	2.80		2.20	2.20	2.90	0.9836
A ₂ B ₁	5.00			0.00	0.70	1.1844
A ₁ B ₂	5.00				0.70	1.3069
A ₁ B ₁	5.70					

Keterangan : * signifikan pada $P < 0,05$

1. Pengujian Hipotesis Pertama

Metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain dari hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Dari hasil penghitungan yang telah dilakukan diperoleh nilai $F_0 = 18.151$ lebih besar dari $F_t = 4,11$ ($F_0 > F_t$) pada taraf signifikansi 5%. Ini berarti hipotesis nol (H_0) ditolak. Hasil ini menunjukkan, metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

2. Pengujian Hipotesis Kedua

Berdasarkan tingkat koordinasi mata-kaki, hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dari hasil penghitungan yang telah dilakukan diperoleh nilai $F_0 = 18.151$ lebih besar dari $F_t = 4,11$ ($F_0 > F_t$) pada taraf signifikansi 5%. Ini artinya hipotesis nol (H_0) ditolak. Hasil ini menunjukkan antara koordinasi mata-kaki tinggi dan koordinasi mata-kaki rendah terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

3. Pengujian Hipotesis Ketiga

Interaksi faktor utama penelitian dalam bentuk interaksi dua faktor menunjukkan ada interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dari hasil penghitungan diperoleh nilai $F_0 = 4.856$ ternyata lebih besar dari $F_t = 4,11$ ($F_0 > F_t$) pada taraf signifikansi 5% sehingga H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, metode latihan dan koordinasi mata-kaki terdapat interaksi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

E. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Demonstrasi dan Metode Latihan Bermain terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola

Metode latihan demonstrasi mempunyai pengaruh yang lebih baik terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, karena metode latihan demonstrasi selalu diberi penjelasan dan

contoh yang harus didengar dan dipraktikkan oleh siswa. Melalui penjelasan dan contoh dari guru atau pelatih, maka siswa akan lebih memahami dan menguasai serta mampu mempraktikkan sesuai dari contoh yang dilihatnya. Selain itu, dalam metode demonstrasi kegiatan atau praktik dari siswa selalu termonitoring oleh guru atau pelatih, sehingga setiap kesalahan segera diketahui dan dapat dibetulkan secara langsung.

Sedangkan metode latihan bermain merupakan latihan keterampilan menggiring bola yang dikemas dalam bentuk permainan. Hal ini dimaksudkan untuk memberi kebebasan dan bereksplorasi pada diri siswa. Berdasarkan karakteristik bermain, maka hasrat gerak siswa terpenuhi. Dalam metode latihan bermain dapat menjadikan latihan kurang terkendali, sehingga dapat menjadikan teknik menggiring bola bisa terabaikan, sehingga dapat menyebabkan terjadinya kesalahan. Berdasarkan hasil penghitungan yang telah dilakukan diperoleh nilai F_o sebesar $18.151 > F_t$ 4.11. Dengan selisih perbedaan peningkatan sebesar 1.45. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa, ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

2. Perbedaan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola antara Siswa yang Memiliki Koordinasi Mata-Kaki Tinggi dan Siswa yang Memiliki Koordinasi Mata-Kaki Rendah

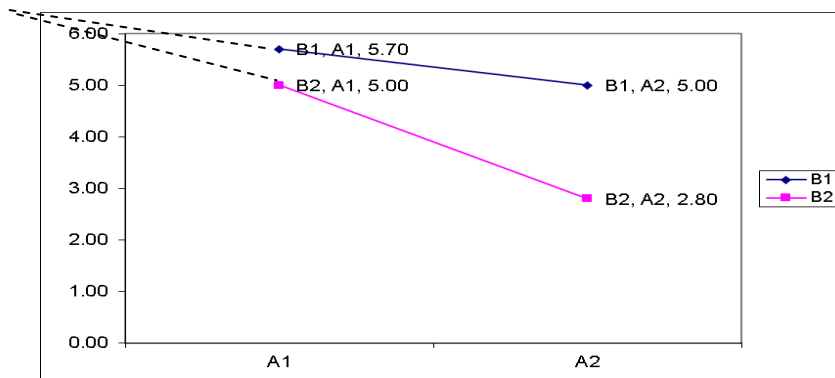
Kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi memiliki kemampuan menggiring bola yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah. Hal ini karena kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi mampu mengkoordinasikan antara pandangan mata dan gerakan kaki saat melakukan gerakan menggiring bola dengan cermat dan akurat. Gerakan menggiring bola lebih luwes, lancar dan tidak kaku serta bola lebih lengket dengan kaki. Sedangkan kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah, gerakan menggiring bola kelihatan kaku, gerakan tidak lancar, bola mudah lepas dari penguasaannya. Koordinasi gerakan yang kurang baik, menjadikan bola mudah lepas dari penguasaan, sehingga akan mudah direbut oleh lawan.

Berdasarkan hasil penghitungan yang telah dilakukan diperoleh nilai F_o $18.151 > F_t$ 4.11. Dengan selisih perbedaan peningkatan 1.45. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa, ada perbedaan yang signifikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah.

3. Interaksi antara Metode Latihan dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola

Tabel 10. Pengaruh Sederhana, Pengaruh Utama dan Interaksi Faktor Utama terhadap Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola

	A1	A2	Rerata	A1 - A2
B1	5.70	5.00	5.35	0.70
B2	5.00	2.80	3.90	2.20
Retara	5.35	3.90	4.63	1.45
B1 - B2	0.70	2.20	1.45	



Gambar 5. Interaksi Metode Latihan dan Koordinasi Mata-Kaki

Berdasarkan grafik tersebut menunjukkan, ada interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa, dalam menerapkan metode latihan menggiring bola perlu mempertimbangkan tingkat koordinasi mata-kaki tinggi dan tingkat koordinasi mata-kaki rendah. Hal ini karena interaksi antara metode latihan menggiring bola dan koordinasi mata-kaki termasuk jenis interaksi independen. Kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi lebih cocok diberi metode latihan bermain. Sedangkan kelompok yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah lebih sesuai diberi metode latihan demonstrasi. Berdasarkan hasil penghitungan yang telah dilakukan diperoleh nilai $F_o = 4.856 > F_t = 4.11$. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa, ada interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

BAB V SIMPULAN PENELITIAN

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan demonstrasi dan metode latihan bermain terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dari hasil analisis data menunjukkan $F_o = 18.151 > F_t = 4.11$.

2. Ada perbedaan yang signifikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah. Dari hasil analisis data menunjukkan $F_o = 18.151 > F_t 4.11$.
3. Ada interaksi antara metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 4.856 > F_{tabel} = 4,11$. Tinggi rendahnya koordinasi mata-kaki berpengaruh dalam latihan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Suhendro. (2007). *Dasar-Dasar Keplatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Brian J. Sharkey. (2003). *Kebugaran Kesehatan*. Alih Bahasa. Eri Desmarini Nasution. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Clive Giffort. (2005). *Keterampilan Sepakbola*. Alih Bahasa. Andri Setyawan. Yogyakarta: PT. Citra Aji Parama.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Alih Bahasa. Eko Wahyu Setiawan. Bandung: Pakar Raya.
- Djamarah. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Giri Wiarto. (2015). *Inovasi Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Laksitas.
- Halim Nur Ichsan. (2011). *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Universitas Negeri Makasar.
- Hamdayama, Jumanta. (2016). *Metodologi Pengajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ismaryati. (2006). *Pengukuran dan Evaluasi Olahraga*. Surakarta: FKIP UNS.
- Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 01 Nomor 03 (2013). *Peningkatan Hasil Belajar Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Dengan Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas V Di Sdn Bakalan Wringin Pitu Balongbendo Kabupaten Sidoarjo*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Surabaya.
- Marta Dinata. (2004). *Dasar-Dasar Mengajar Sepakbola*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya.
- Malcolm Cook. (2013). *101 Drills Sepakbola untuk Pemain Muda Usia 12-16 Tahun*. Alih Bahasa. Paramita. Jakarta: PT Indeks.

- M. Furqon H. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Pusat Penelitian dan Pengembangan Keolahragaan (PUSLITBANG) UNS.
- Mikanda Rahmani. (2014). *Buku Superlengkap Olahraga*. Jakarta Timur: Dunia Cerdas.
- Mulyono B. (2010). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Surakarta: UNS Press.
- Nur Hasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapan/ Jakarta: Depdiknas. Ditjen Pendidikan Dasar dan Menengah Bekerjasama dengan Ditjen Olahraga*.
- Rusli Lutan & Adang Suherman. (2000). *Perencanaan Pembelajaran Penjasorkes*. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Sudjana. (2002). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Timo Scheunemann. (2005). *Dasar Sepakbola Modern*. Alih Bahasa. Marcel Lombe dan J. Chrys Wardjoko. Malang: DIOMA.
- Yulius Erya Saputra. (2006). *The Art Of Dribbling (Seni Menggiring Bola)*. Yogyakarta: Mocomedia.
- Zidane Muhdhor Al-Hadiqie. (2013). *Menjadi Pemain Sepakbola Profesional Teknik, Strategi, Taktik Menyerang dan Bertahan*. Jakarta: Kata Pena.